

## 青仁会のご利用案内

精神科・神経科・心療内科 **青南病院** TEL 0178-27-2016  
 ●受付時間/8:30~11:30 午後は予約診療となります。土曜日午後・日曜日休診  
**医療機能評価認定病院です。**

通所リハビリテーションセンター **青陽館** TEL 070-6955-5453  
 ●様々な社会復帰に向けたプログラムを用意しています。

**はちのへ認知症疾患医療センター**  
 ●認知症の対応や治療等お気軽にご相談ください。 TEL 0178-27-5977

介護老人保健施設 **南山苑** TEL 0178-27-3027  
 高齢者通所リハビリテーション施設 **南陽館** TEL 0178-27-3009  
 ●入所及びショートステイ、デイケアなどお気軽にご相談下さい。

認知症対応型共同生活介護 (グループホーム) **南寿の里** TEL 0178-20-9898  
 ●家庭的な雰囲気を提供いたします。気軽にご相談下さい。

訪問看護・介護ステーション **五福** **看護** TEL 0178-70-1622 **介護** TEL 0178-32-0088  
 ●営業時間/8:30~17:30(月~金曜日) 営業日・営業時間外の訪問についてもご相談に応じます。24時間体制で対応します。

サービス付き高齢者向け住宅 **悠湯の里** **天然温泉**  
 ●高齢者単身・夫婦世帯が安心して暮らせる住まいです。 TEL 0178-27-8888

## ライフコミュニティパーク みさわ

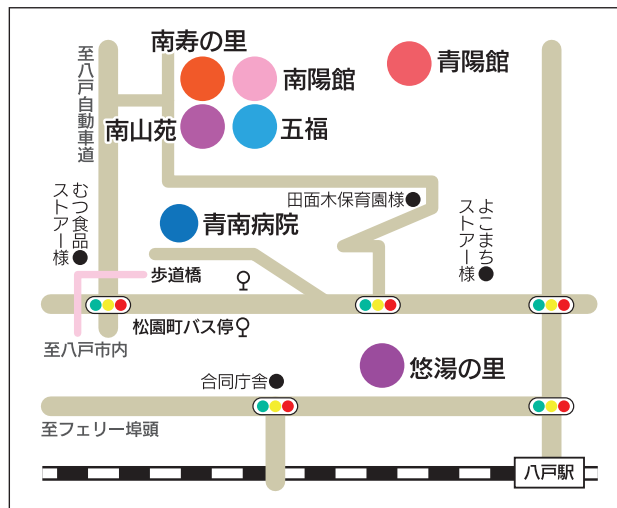
住宅型有料老人ホーム **南風苑** TEL 0176-58-5321  
 ●高齢者が自分らしく暮らせる、ぬくもりのある施設です。

小規模多機能型居宅介護 **南天の郷** TEL 0176-58-5320  
 ●住み慣れた自宅で生活したい「思い」を応援します。

サービス付き高齢者向け住宅 **悠楽の里** TEL 0176-58-5323  
 ●悠々自適な快適生活を楽しめます。

心療内科・精神科・一般内科 **おおぞらクリニック** TEL 0176-58-0909  
 ●受付時間/9:00~12:30 14:00~17:45  
 診療時間/10:00~(土曜日・日曜日 休診)  
 ●三沢市と周辺市町村の方々のメンタルヘルスと健康管理に貢献します。  
 ●デイケア/月~金 9:30~16:30(昼食付)

訪問介護ステーション五福は三沢市とその周辺市町村のヘルパー訪問を行っています。



「小さな秋」  
Photo by K.NARADATE



「落ち葉の絨毯」 Photo by A.FUKUSI

Our Policy is “For the Society , For the Patient , For Myself”

# For

当法人では意欲のある人材を募集しています。

## 医療法人 青仁会

TEL: 0178-27-2053

FAX: 0178-27-1053

〒039-1104 青森県八戸市田面木字赤坂22-1

ホームページ

<http://www.seijin.or.jp/>



## 私達の理念

### みんなのために

すべての人達に、分け隔てない最善の医療を提供するよう努め、社会のニーズに応じて、自分達の出来る事を、実践に行っていきます。

### あなたのために

利用者本位を基盤とした、こころやかな医療環境と安心して受けられる安全な医療の提供に努めます。

### わたしのために

自分達の仕事に誇りと責任を持ち、自らに満足いく仕事内容であるよう専心いたします。

## CONTENTS

- おすすめシネマ『九十歳。何がめでたい』.....1・2 ページ
- 特集『小規模多機能型居宅介護 シニアライフサービス 南天の郷』.....3・4 ページ
- 病気について『放っておくと危険！長引く咳』.....5 ページ
- おすすめの一冊『「誰かのため」に生きすぎない』.....6 ページ
- 花言葉『シャコバサボテン』.....6 ページ



～シリーズ累計180万部～  
佐藤愛子の大人気エッセイが映画化!



あらすじ

断筆宣言をした90歳作家・佐藤愛子は、新聞やテレビをぼうつと眺める鬱々とした日々を過ごしていた。

同じ家の2階に暮らす娘・響子や孫・桃子には愛子の孤独な気持ちは伝わらない。

同じ頃、大手出版社に勤める中年編集者・吉川真也は昭和気質なコミュニケーションがパワハラ、セクハラだと問題となり、謹慎処分に妻や娘にも愛想を尽かされ、仕事にプライベートに悶々とする日々。

そんなある日、吉川の所属する編集部では愛子の連載エッセイ企画が持ち上がり、吉川が愛子を口説き落として、晴れて担当編集に!

この二人の出会いが、新たな人生を切り開く?!

女優 くさぶえみつこ 草笛光子氏紹介

1933年(90歳)、神奈川県生まれ。松竹歌劇団、松竹大船、東宝を経て現在フリー。テレビ『渡る世間は鬼ばかり』『菊次郎とさき』や、舞台では『ウィット』『この夏突然に』などに出演。芸術祭優秀賞、NHK放送文化賞ほか受賞多数。1999年紫綬褒賞を受けた。

作家 さとうあいこ 佐藤愛子氏紹介

1923年(100歳)、大阪府生まれ。69年『戦いすんで日が暮れて』で第61回直木賞、79年『幸福の絵』で女流文学賞、2000年『血脈』で菊池寛賞、14年『晩鐘』で紫式部文学賞を受賞。

長生きの秘訣は『わがままに生きる』

映画情報

タイトル：『九十歳。なにがめでたい』  
DVDレンタル・発売日：2025年1月8日  
制作幹事：TBS  
配給：松竹  
原作コピーライト：©佐藤愛子/小学館  
映画コピーライト：©2024年映画「九十歳。何がめでたい」委員会 ©佐藤愛子/小学館





なんてんのさと  
**南天の郷**  
 小規模多機能型居宅介護  
 シニアライフサービス

**在宅介護で困ったことはありませんか？**

デイサービスやヘルパー、ショートステイを、  
 バラバラに使うと毎月の利用料が多額になっちゃって  
 大変だよ…



今の仕事を続けながら親の介護するなんて無理だよなあ。  
 施設もすぐ入所出来ないし、在宅で見たいし…  
 だからってデイサービスの対応時間じゃ出社に間に合わないし…  
 仕事辞めなきゃならないのかなあ…

親の介護が必要だから、  
 仕事やプライベートの時間なくなってしまうのかな…



**心配しなくても大丈夫です!!**

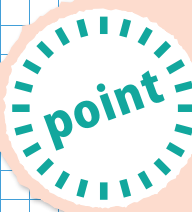
**小規模多機能型サービスとは…**

- 利用者状態や介護者のご都合に応じて、通所・訪問介護を好きなだけ  
 使用できます。
- 登録された方々は、利用制限なく **月額固定の定額制**なのであちこち  
 お願いするよりお得です。
- 朝早くから夜遅くまで使える通所があり、三沢市民だけが使える地域  
 密着型サービスです。

要介護1	: 10,458円 / 月額	要介護4	: 24,677円 / 月額
要介護2	: 15,370円 / 月額	要介護5	: 27,209円 / 月額
要介護3	: 22,359円 / 月額	(※1割負担の場合)	

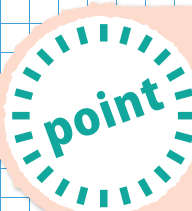
**南天の郷**

に登録・利用すれば、いままでの仕事も続けて、  
 生活を大きく変えることなく、しっかり在宅介護が出来ます。  
 プライベートの時間も確保でき、精神的にも余裕をもって、  
 やさしい介護を続けられます!!



**全サービスが使い放題でこの料金!!**

以下の自己負担額で毎月ご利用頂けます。  
**サービス利用の上限はありません。**



**長時間の通所サービス利用が可能**

他の事業所は9時～16時程度ですが、  
**朝早くから夜遅くまでの利用が可能です。**

デイサービス対応時間 **7:00～21:00**

**ご家族様の声**

**Oさん**  
 (女性)



私の主人が認知症になり、  
 外へ出掛けたり用事を足す事  
 も出来ず疲れ果てていまし  
 ました。南天の郷は、**自分の都合  
 で通いを利用でき**、孫の行事  
 や友人との会合に参加する時  
 間も出来ました。また、収入を  
 得る為、仕事を始めました。

**Mさん**  
 (男性)



以前、親を有料老人ホーム  
 に入所させていましたが、支払  
 いで生活が苦しくなっていまし  
 ましたが、南天の郷は**利用料定額**  
 でお金の心配もなくなり、親を  
 介護しながらも自分の生活が  
 保てるし、大変助かっています。  
 家族も本人も大満足です。

体験利用も出来ますので相談・問い合わせはこちらまで。

**南天の郷**

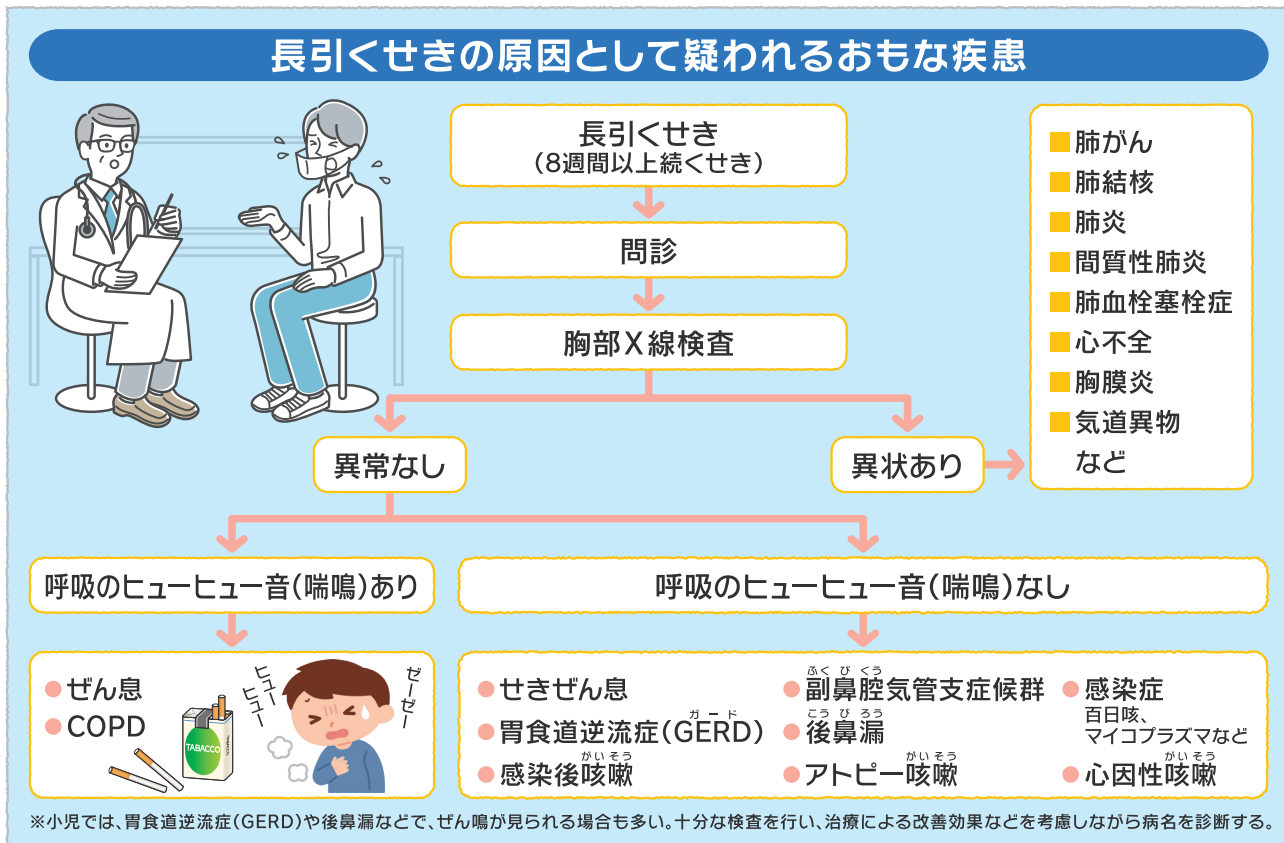
☎0176-58-5320

〒033-0001

青森県三沢市中央町4丁目1-2







**呼吸器専門医を受診しましょう。**

咳が続く・長引く咳の検査

- 胸部CT検査
- 胸部レントゲン検査
- 呼気一酸化窒素(NO)検査
- 呼吸機能検査

**青南病院のご案内**

診療科:精神科・神経科・心療内科・内科  
 受付時間:月~土曜日 8:45~12:00  
**TEL 0178-27-2016**

**おおぞらクリニックのご案内**

診療科:精神科・心療内科・内科  
 受付時間:月~金曜日 9:00~17:45  
**TEL 0176-58-0909**

**おすすめの1冊**

**「誰かのため」に 生きすぎない**

著者:藤野智哉 | 定価:1,650円  
 発行日:2023/5/2  
 出版社:ディスカヴァー・トゥエンティワン

**書籍紹介**

仕事・人間関係・子育て・介護など、誰かのためにがんばりすぎてしまう人がぽきっと折れてしまう前に

「①休む・逃げる」  
 「②自分を気づかう、自分を大切にする」

ができるようになるための考え方、行動、習慣を精神科医が紹介します。

**所感**

「〇〇しなければいけない!」「こうでなければいけない!」という考えを持っていると、上手く行かなかった自分を責め、気持ちが落ち込む人もいる。自分にも他人にも期待しないことは生きるうえで重要な能力だと感じた。適当に生きていても、それはそれで良い人生なんだなと思えるようにあまり物事を深く考えず、余裕を持って生きてみて下さい。

広報PR委員会 檜館 和樹



**シャコバサボテン**

**花言葉 『ひとときの美』**

科・属名:サボテン科  
 和名:蝦蛄葉仙人掌  
 見頃:11月~3月

- **花名の由来**  
 莖の形状が、甲殻類のシャコに似ている。
- **花言葉の由来**  
 冬の時期に鮮やかな花をさかせる。

